



# HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

## VIVAGYM ROMAREDA



FECHA INICIO: 01/09

| INICIO | LUN                    | MAR                    | MIÉ                    | JUE                    | VIE                    | SÁB                    | DOM                    |
|--------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| 6:15   | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' |                        |                        |
| 7:15   | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        |                        |
| 8:15   | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |
| 8:30   |                        | CROSS WOD TOS 30'      | GAP E1 45'             | HYBRID WOD TOS 30'     | CROSS WOD TOS 30'      |                        |                        |
| 9:00   |                        | ABS E1 15'             |                        | ABS E1 15'             |                        |                        |                        |
| 9:30   | V-POWER E1 45'         | PILATES E2 45'         | V-POWER E1 45'         | GAP E2 45'             | PILATES E1 45'         |                        |                        |
| 9:30   | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | POWER CYCLING E2 45'   | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' |
| 10:30  | PILATES E1 45'         | V-POWER E2 45'         | ZUMBA E1 45'           | YOGA E2 45'            | V-POWER E1 45'         |                        |                        |
| 10:30  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' |
| 11:00  |                        |                        |                        |                        |                        | V-POWER E1 45'         |                        |
| 11:30  | ZUMBA E1 45'           | CYCLING E2 45'         | V-MIND E1 45'          | V-POWER E2 45'         |                        |                        |                        |
| 12:00  |                        |                        |                        |                        |                        | CYCLING E2 45'         | VIRTUAL CYCLING E2 45' |
| 12:30  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        |                        |
| 13:30  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' |
| 14:30  | V-POWER E1 45'         | V-MIND E2 45'          |                        | V-POWER E1 45'         |                        |                        |                        |
| 14:30  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        |                        |
| 15:30  | PILATES E1 45'         |                        | V-POWER E2 45'         |                        |                        |                        |                        |
| 15:30  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | POWER CYCLING E1 45'   | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        |                        |
| 17:00  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' |
| 17:30  | V-POWER E1 45'         | PILATES E2 45'         | GAP E1 45'             | ZUMBA E2 45'           | V-FIGHT E1 45'         |                        |                        |
| 18:00  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | CYCLING E1 45'         | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' |
| 18:15  | HYBRID WOD TOS 30'     |                        | CROSS WOD TOS 30'      |                        |                        |                        |                        |
| 18:30  | YOGA E1 45'            | V-FIGHT E2 45'         | ZUMBA E1 45'           | V-MIND E2 45'          | V-POWER E1 45'         |                        |                        |
| 18:45  | ABS E1 15'             |                        | ABS E1 15'             |                        |                        |                        |                        |
| 19:15  | POWER CYCLING E2 45'   | VIRTUAL CYCLING E1 45' | POWER CYCLING E2 45'   | VIRTUAL CYCLING E1 45' |                        | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' |
| 19:15  |                        | CROSS WOD TOS 30'      |                        | HYBRID WOD TOS 30'     |                        |                        |                        |
| 19:30  | ZUMBA E1 45'           | GAP E2 45'             | V-POWER E1 45'         | V-FIGHT E2 45'         | CYCLING E1 45'         |                        |                        |
| 19:45  | CROSS WOD TOS 30'      | ABS E2 15'             | HYBRID WOD TOS 30'     | ABS E1 15'             |                        |                        |                        |
| 20:15  | ABS E1 15'             |                        | ABS E2 15'             |                        |                        |                        |                        |
| 20:15  | POWER CYCLING E2 45'   | POWER CYCLING E1 45'   | CYCLING E2 45'         | CYCLING E1 45'         |                        |                        |                        |
| 20:30  | GAP E1 45'             | V-POWER E2 45'         | PILATES E1 45'         | V-POWER E2 45'         |                        |                        |                        |
| 21:15  | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' | VIRTUAL CYCLING E1 45' | VIRTUAL CYCLING E2 45' |                        |                        |



# ENTRENAR LO CAMBIA → \* \* *TODO*



VivaGym tiene todos los derechos reservados, y se reservara cualquier modificación del horario por motivos externos.



Uso obligatorio de toalla.



No se podrá acceder a la sala una vez pasados los primeros cinco minutos.

|                      |                      |                |
|----------------------|----------------------|----------------|
| CUERPO-MENTE         | CYCLING              | COREOGRAFIADAS |
| CUERPO-MENTE VIRTUAL | CYCLING VIRTUAL      | FUNCIONAL      |
| CARDIO               | TONIFICACIÓN         | ABDOMINALES    |
| CARDIO VIRTUAL       | TONIFICACIÓN VIRTUAL |                |

RESERVA TU CLASE DESDE TU ÁREA DE CLIENTE EN VIVAGYM.ES O EN LA APP VIVAGYM